

Analisis Beban Kerja, Dukungan Sosial Dan Hubungan Interpersonal Dengan Stres Kerja Pada Perempuan Usia Remaja Bagian Jahit Di Pt X

Icha Chairunnisa¹, Nur Asniati Djaali², Lilis Heri Mis Cicih³ Muhamad Fajar Maulidi Tanjung⁴

^{1, 2, 3} Kesehatan Masyarakat, Universitas MH Thamrin

Email: ichach747@gmail.com

Email: nurdjaali@gmail.com

Email: lsblj2022@gmail.com

⁴ Kesehatan Masyarakat, Universitas Siliwangi

Email: fajarmaulidi@unsil.ac.id

Artikel info

Artikel history:

Received; 16-06-2026

Revised ; 15-07-2026

Accepted; 22-07-2026

Keyword:

Work Stress; Workload;

Social Support;

Interpersonal

Relationships;

Kata Kunci:

Stres kerja;

Beban kerja,

Dukungan Sosial;

Hubungan Interpersonal;

Abstract.

Work stress is a public health issue that can negatively impact worker productivity and well-being. Adolescent female workers are more susceptible to work stress, given that they are in the psychosocial development phase but already have to deal with the demands of production loads and work environment pressures. This study aims to examine the relationship between workload, social support, and interpersonal relationships with work stress levels among adolescent female workers in the sewing department of PT X. The study was conducted using a quantitative approach using a cross-sectional design. A total of 144 respondents were randomly selected, based on the criteria of 18–24 years of age and working in the sewing department. Data collection used a structured questionnaire and analyzed using the chi-square test and multiple logistic regression. The results of the analysis showed that workload had no significant relationship with work stress ($p = 0.008$; OR = 3.182). Social support showed an insignificant relationship with work stress ($p = 0.888$; OR = 0.933), indicating that the formed social support is not optimal. In interpersonal relationships, this study showed a significant correlation with work stress ($p = 0.001$; OR = 4.388), indicating that good communication and cooperation quality contribute to reducing stress levels. From the results of multiple regression, the only significant variable was poor interpersonal relationships, which had a 4.4 times greater risk of experiencing stress compared to social support and workload. The main conclusion of the study stated that workload and interpersonal relationships significantly influenced the level of work stress in female teenage workers in the sewing section, while social support did not have a consistent effect on work stress or was not significant. The need for proportional workload management, increasing promotion programs and control in the workplace, and strengthening interpersonal relationships as preventive strategies to reduce stress and improve worker welfare.

Abstrak.

Stres kerja merupakan isu kesehatan masyarakat yang dapat berdampak negatif pada produktivitas dan kesejahteraan pekerja.

Kelompok pekerja perempuan usia remaja menunjukkan kerentanan yang lebih besar terhadap stres kerja, mengingat mereka berada dalam fase perkembangan psikososial tetapi sudah harus menangani tuntutan beban produksi serta tekanan lingkungan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara beban kerja, dukungan sosial, dan hubungan interpersonal dengan tingkat stres kerja pada pekerja perempuan usia remaja di bagian jahit PT X. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan desain *cross-sectional*. Sebanyak 144 responden dipilih secara acak, berdasarkan kriteria usia 18–24 tahun dan bekerja di bagian jahit. Pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur dan dianalisis menggunakan uji *chi-square* dan regresi logistik berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa beban kerja tidak memiliki hubungan bermakna dengan stres kerja ($p=0,008$; $OR=3,182$). Dukungan sosial menunjukkan hubungan tidak signifikan dengan stres kerja ($p = 0,888$; $OR = 0,933$), mengindikasikan bahwa dukungan sosial yang terbentuk belum optimal. Pada hubungan interpersonal peneliti ini menunjukkan korelasi signifikan terhadap stres kerja ($p = 0,001$; $OR = 4,388$), menandakan bahwa kualitas komunikasi dan kerjasama yang baik berkontribusi pada penurunan tingkat stres. Dari hasil regresi berganda, variabel yang signifikan hanya hubungan interpersonal yang kurang baik memiliki risiko 4,4 kali lebih besar mengalami stress dibanding dukungan sosial dan beban kerja. Kesimpulan utama penelitian menyatakan bahwa beban kerja, dan hubungan interpersonal secara signifikan memengaruhi tingkat stres kerja pada pekerja perempuan usia remaja di bagian jahit sedangkan dukungan sosial tidak memiliki efek yang konsisten terhadap stres kerja atau tidak signifikan. Perlunya pengelolaan beban kerja secara proporsional, peningkatan program promosi serta pengendalian di tempat kerja, serta penguatan hubungan interpersonal sebagai strategi preventif untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan pekerja.



Corresponden author:

Email: ichach747@gmail.com

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

PENDAHULUAN

Stres kerja merupakan isu kesehatan masyarakat yang berdampak pada kesehatan fisik, mental, dan produktivitas pekerja. Secara global, sekitar 450 juta orang mengalami gangguan mental terkait stres. Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan prevalensi depresi 1,4% dengan kelompok usia 15–24 tahun lebih rentan mengalami stres.

Faktor psikososial seperti beban kerja berlebih, dukungan sosial rendah, dan hubungan interpersonal yang buruk diketahui berkontribusi pada stres kerja. PT X sebagai perusahaan manufaktur dengan mayoritas pekerja perempuan usia remaja memiliki risiko tinggi akibat target produksi ketat, jam kerja panjang, dan tingginya turnover. Faktor psikososial seperti beban kerja berlebih, kurangnya dukungan sosial, dan hubungan interpersonal yang buruk merupakan determinan penting stres kerja. Organisasi Perburuhan Internasional (ILO, 2012) menegaskan bahwa tekanan kerja adalah salah satu masalah kesehatan kerja terbesar di berbagai negara. Penelitian menunjukkan beban kerja tinggi meningkatkan risiko stres, sedangkan dukungan sosial dan hubungan interpersonal yang baik berfungsi sebagai faktor protektif (Dasril & Sitompul, 2020).

Pekerja usia 15–24 tahun, khususnya perempuan, lebih rentan terhadap stres kerja karena keterbatasan keterampilan coping dan fase perkembangan psikososial yang masih berlangsung (Ansori & Martiana, 2017). Di Indonesia, kelompok ini banyak bekerja di sektor manufaktur, khususnya garmen dan tekstil. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pekerja perempuan remaja sering mengalami tekanan akibat tuntutan produksi yang ketat, jam kerja panjang, serta minimnya dukungan dari atasan maupun rekan kerja (Arif & Malaka, 2021). Beberapa penelitian di Indonesia menyoroti hubungan beban kerja dan faktor psikososial dengan stres kerja. Uliasi et al., (2021) menemukan lebih dari 46% pekerja di Coca Cola Amatil Indonesia mengalami stres berat. [Mualim & Adeko \(2020\)](#) melaporkan adanya hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres pada pekerja manufaktur. Reppi et al., (2020) menekankan peran konflik interpersonal dan rendahnya dukungan sosial dalam meningkatkan stres kerja pada pegawai negeri sipil. Namun, sebagian besar penelitian tersebut berfokus pada pekerja dewasa, sementara kajian pada pekerja perempuan usia remaja di sektor tekstil masih terbatas.

Meskipun telah banyak bukti mengenai pengaruh beban kerja, dukungan sosial, dan hubungan interpersonal terhadap stres kerja, penelitian yang menyoroti khusus pekerja perempuan usia remaja masih minim. Padahal kelompok ini merupakan tenaga kerja utama di sektor tekstil dengan kerentanan tinggi terhadap stres akibat kondisi perkembangan dan tuntutan pekerjaan. Oleh karena, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja, dukungan sosial dan hubungan interpersonal dengan stress kerja pada Perempuan usia remaja bagian jahit di PT. Penelitian ini penting untuk mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan rekomendasi berbasis bukti dalam upaya peningkatan kesehatan kerja dan kesejahteraan pekerja di industri manufaktur.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional/ potong lintang yaitu pengumpulan data dengan satu waktu secara bersamaan. Desain penelitian ini menekankan waktu pengukuran atau observasi data antara variabel dependen (Stress Kerja) dan independent (Beban Kerja, Hubungan Interpesonal dan Dukungan Sosial) hanya satu kali pada satu waktu penelitian untuk menggambarkan keadaan di lapangan secara terstruktur mengenai fakta-fakta variabel yang diteliti dan menelaah hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian ini dilakukan di PT X bagian jahit pada bulan Januari-Agustus 2025. Target sample penelitian ini adalah pekerja Perempuan bagian jahit usia 18-24 tahun. Jumlah sample adalah 144 responden yang dihitung dengan *software sample size* dari WHO. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*. Teknik *convenience sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan pada ketersediaan responden.

Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Variabel stres kerja diukur dengan Workplace Stress Scale, beban kerja menggunakan NIOSH Job Stress Questionnaire, dukungan sosial dan hubungan interpersonal menggunakan HSE Indicator Tools. Analisis dilakukan univariat, bivariat dengan uji Chi-Square, dan multivariat regresi logistik berganda untuk mengetahui faktor dominan

dengan program SPSS. Penelitian ini sudah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Mohammad Husni Tamrin dengan Nomor 026/S.Ket/KEPK/UMHT/VI/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Variabel

Variabel	Kategori	Jumlah (n)	%
Stres Kerja	Tinggi	119	82,6
	Rendah	25	17,4
Beban Kerja	Tinggi	96	66,7
	Rendah	48	33,3
Dukungan Sosial	Kurang baik	102	70,8
	Baik	42	29,2
Hubungan Interpersonal	Kurang baik	78	54,2
	Baik	66	45,8

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel diatas bahwa mayoritas responden mengalami stres kerja tinggi yaitu sebanyak 119 orang (82,6%), sedangkan responden dengan stres kerja rendah sebanyak 25 orang (17,4%). Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kondisi tekanan kerja yang cukup berat, yang berpotensi memengaruhi kinerja dan kesehatan mental mereka.

Sebagian besar responden melaporkan memiliki beban kerja tinggi yaitu sebanyak 96 orang (66,7%), sedangkan yang memiliki beban kerja rendah hanya 48 orang (33,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merasakan tuntutan pekerjaan yang cukup besar, yang dapat berkontribusi pada tingginya tingkat stres kerja. Dari sisi dukungan sosial, sebanyak 102 responden (70,8%) menyatakan mendapatkan dukungan sosial yang baik, sedangkan 48 responden (33,3%) merasa kurang mendapatkan dukungan sosial. Hasil ini memperlihatkan bahwa sebagian besar responden masih merasakan adanya dukungan sosial, baik dari keluarga, rekan kerja, maupun lingkungan sekitar, meskipun hampir sepertiga responden masih merasa dukungan sosialnya rendah. Sebanyak 78 responden (54,2%) menilai memiliki hubungan interpersonal yang baik, sedangkan 66 responden (45,8%) merasa hubungan interpersonalnya kurang baik. Ini berarti lebih dari separuh responden masih bisa menjalin relasi positif dengan orang-orang di sekitarnya, namun masih ada proporsi cukup besar yang perlu mendapatkan perhatian dalam aspek komunikasi dan interaksi sosial.

Tabel 2 Hubungan Beban Kerja, Dukungan Sosial, dan Hubungan Interpersonal dengan Stres Kerja pada Pekerja Perempuan Usia Remaja yang Terdapat pada PT X

Variabel	Kejadian Stress Kerja						P-Value	OR	95% CI
	Tinggi		Rendah		Jumlah				
	N	%	n	%	n	%			
Beban Kerja									
Tinggi	85	59,0	11	23,6	96	66,7	0,008	3,182	1,314 – 7,703
Rendah	34	7,6	14	9,7	48	33,3			

Variabel	Kejadian Stress Kerja						P-Value	OR	95% CI
	Tinggi		Rendah		Jumlah				
	N	%	n	%	n	%			
Dukungan Sosial									
Kurang Baik	84	58,3	18	24,3	102	70,9	0,888	0,933	0,358- 2,433
Baik	35	12,5	7	4,9	42	29,1			
Hubungan Interpersonal									
Kurang Baik	72	50,0	6	4,2	78	54,1	0,001	4,581	1,805-13,038
Baik	47	32,6	19	13,2	66	45,9			

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa beban kerja memiliki nilai $p = 0,008$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan bermakna antara beban kerja dengan stres kerja. Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 3,182 dengan interval kepercayaan (CI 95%: 1,314 – 7,703). CI ini tidak mencakup angka 1, sehingga hasil dapat dianggap signifikan secara statistik dan beban kerja terbukti berhubungan dengan stres kerja. Responden dengan beban kerja tinggi memiliki risiko 3,18 kali lebih besar mengalami stres kerja tinggi dibandingkan responden dengan beban kerja rendah. Hasil uji pada dukungan sosial menunjukkan nilai $p = 0,888$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan bermakna antara dukungan sosial dengan stres kerja. Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 0,933 dengan interval kepercayaan (CI 95%: 0,358–2,433). CI mencapai 1, artinya hubungan tidak signifikan secara statistik.

Hasil uji pada hubungan interpersonal menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan bermakna antara hubungan interpersonal dengan stres kerja. Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 4,581 dengan interval kepercayaan (CI 95%: 1,805 – 13,308). CI ini tidak mencakup angka 1, sehingga hubungan antara kedua variabel dapat dinyatakan signifikan secara statistik. Artinya, responden yang memiliki hubungan interpersonal kurang baik memiliki risiko 4,5 kali lebih besar untuk mengalami stres kerja tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki hubungan interpersonal baik. Interval kepercayaan masih relatif lebar, meskipun tidak selebar variabel lain, yang menunjukkan adanya tingkat ketidakpastian pada estimasi OR. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh distribusi sampel yang kurang seimbang antara responden dengan stres rendah dan hubungan interpersonal kurang baik, sehingga mempengaruhi stabilitas perhitungan OR.

Tabel 3 Hasil Analisis Regresi Logistik Ganda Variabel yang Berhubungan dengan Stres Kerja

Variabel Independen	B	p-value	OR	95 % CI
Beban Kerja	1,016	0,30	2,759	1,102 – 6,912
Dukungan Sosial	-0,33	0,949	0,967	348 – 2,685
Hubungan Interpersonal	1,479	0,04	4,388	1,607 – 11,980

Berdasarkan tabel diatas, hasil akhir uji regresi logistik menunjukkan bahwa hanya variabel hubungan interpersonal yang berpengaruh signifikan terhadap stres kerja dibandingkan dengan variabel beban kerja, dan dukungan sosial hal ini karena ketika dimasukkan kedalam uji regresi logistic ganda, hanya

hubungan interpersonal yang memiliki nilai $p < 0,05$ dengan CI 95% (1,607–11,980) tidak mencakup angka 1, maka hubungan interpersonal berpengaruh signifikan terhadap stres kerja. Rentang CI yang lebar menunjukkan bahwa meskipun hubungan interpersonal berpengaruh signifikan terhadap stres kerja ($p = 0,04$) sedangkan variabel lain menunjukkan tidak signifikan atau $p > 0,05$.

Pembahasan

Mayoritas responden mengalami stres kerja tinggi (82,6%), dengan beban kerja tinggi (66,7%), dukungan sosial kurang baik (70,8%), dan hubungan interpersonal kurang baik (54,2%). Variabel hubungan interpersonal memiliki nilai p dibawah 0,005 artinya berhubungan signifikan dengan stres kerja. Regresi logistik ganda menunjukkan hubungan interpersonal merupakan faktor dominan. Temuan ini sejalan dengan teori Job Demand-Control dan penelitian terdahulu yang menekankan peran faktor psikososial terhadap stres kerja. Perusahaan perlu menyesuaikan target produksi dengan kapasitas pekerja, memperkuat dukungan sosial, serta menjaga kualitas hubungan interpersonal untuk mengurangi risiko stres dan meningkatkan produktivitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja pada pekerja dapat timbul akibat adanya ketidakselarasan antara individu dengan lingkungannya, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian di PT Gema Perkaasa Electronic (Kusuma et al., 2023). Kondisi ini sejalan dengan temuan di PT X, di mana mayoritas pekerja perempuan usia remaja mengalami stres kerja tinggi akibat berbagai faktor lingkungan kerja. Salah satu faktor utama yang berhubungan dengan stres kerja adalah beban kerja. Menurut Winoto & Perkasa (2024).

Beban kerja yang berlebihan dapat menurunkan kinerja karyawan karena keterbatasan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Penelitian lain juga mendukung adanya hubungan bermakna antara beban kerja dengan stres kerja ($p = 0,003$) (Margaret Singal et al., 2020). Temuan ini konsisten dengan teori *Job Demand-Control* yang dikemukakan oleh Karasek (1979), bahwa stres kerja meningkat ketika tuntutan pekerjaan tinggi sementara kontrol atau kendali pekerja terhadap pekerjaannya rendah.

Selain beban kerja, dukungan sosial juga terbukti berperan penting. Dukungan dari atasan maupun rekan kerja berfungsi membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kinerja karyawan (Cahyani & Surabaya, 2019). Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan bermakna antara dukungan sosial dengan stres kerja pada ASN di BKAD Provinsi Sulawesi Utara ($p = 0,005$) (Reppi et al., 2020). Namun demikian, hasil berbeda ditemukan pada penelitian di PT X Kota Medan, di mana dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kerja ($p = 0,907$) (Dasril & Sitompul, 2020).

Faktor berikutnya adalah hubungan interpersonal, yang menurut Aufar et al (2023) dipengaruhi oleh perasaan, kedekatan, dan daya tarik antarindividu. Penelitian di PT X Kota Medan membuktikan bahwa hubungan interpersonal memiliki pengaruh bermakna terhadap stres kerja ($p = 0,010$) (Dasril & Sitompul, 2022). Sebaliknya, penelitian lain tidak menemukan adanya hubungan signifikan ($p = 0,07$)

(Al Fatih et al., 2022). Hasil serupa juga diperoleh pada pekerja kapal LNG di PT X yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara hubungan interpersonal dengan stres kerja ($p = 0,148$) (Bahaya et al., 2020).

Analisis multivariat menegaskan bahwa beban kerja merupakan faktor paling dominan yang memengaruhi stres kerja pada pekerja. Penelitian oleh Margaret Singal et al. (2020) menunjukkan hasil analisis regresi logistik dengan nilai $p = 0,002$ dan $OR = 21,667$, yang memperkuat bahwa tingginya beban kerja secara signifikan meningkatkan risiko stres kerja dibandingkan faktor lainnya.

Oleh karena itu perusahaan harus memperhatikan dan mempertimbangkan faktor psikososial dalam menetapkan kebijakan. Faktor psikososial ini adalah beban kerja, hubungan interpersonal dan dukungan sosial mempengaruhi stress seseorang yang berdampak kepada produktifitas kerja khususnya pekerja Perempuan dan remaja yang menjadi mayoritas Perusahaan ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas bahwa stres kerja pada pekerja perempuan usia remaja di PT X dipengaruhi oleh beban kerja tinggi, dukungan sosial kurang baik, dan hubungan interpersonal kurang baik. Hubungan interpersonal merupakan faktor dominan yang berkontribusi terhadap stres kerja. Perusahaan perlu menyesuaikan target produksi, memperkuat dukungan sosial, dan membangun komunikasi sehat untuk menekan stres kerja.

SARAN

Perusahaan disarankan melakukan evaluasi dan memperkuat kebijakan serta prosedur yang tersedia di perusahaan seperti penjelasan bentuk perilaku yang tidak dapat diterima (verbal, tindakan, maupun psikologis), mencantumkan prosedur pelaporan yang aman bagi karyawan serta sanksi yang tegas bagi pelaku. Perusahaan dapat membuat target stres kerja rendah, yang dijadikan penilaian suatu pencapaian setiap bagian, dapat memberikan penghargaan atas pencapaian tersebut sehingga setiap bagian khususnya bagian jahit termotivasi agar meningkatkan hubungan interpersonal yang baik. Survei kepuasan dan iklim kerja secara berkala untuk mendeteksi potensi konflik atau perilaku tidak pantas sejak dini dapat dilakukan. Perusahaan dapat menyelenggarakan pelatihan komunikasi efektif, manajemen konflik, dan etika profesional bagi seluruh karyawan. Pelatihan ini membantu meningkatkan kemampuan karyawan dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif hal ini berlaku untuk semua level jabatan. Perusahaan dapat menyediakan konseling untuk membantu karyawan yang mengalami stres akibat konflik atau bullying di tempat kerja. Membangun iklim komunikasi yang sehat antar pekerja dengan mengadakan berbagai kegiatan positif salahsatunya kegiatan diluar jam kerja yang dapat dilakukan oleh karyawan seperti olahraga dan rekreasi yang difasilitasi perusahaan. Selain itu pekerja

harus memperkuat hubungan sosial dengan rekan kerja, atasan, maupun keluarga yang menjadi rekan kerja dengan meningkatkan rasa empati, kebersamaan, serta memberikan dukungan emosional yang positif. Hubungan interpersonal yang baik diharapkan dapat membantu mengurangi ketegangan, meningkatkan motivasi, dan membentuk iklim kerja yang kondusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pimpinan PT X atas dukungan yang diberikan untuk melakukan penelitian ini, serta kepada responden, dan semua pihak yang telah membantu penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Fatih, H., Tania, M., & Pratiwi, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Kerja Perawat Igd Rumah Sakit Di Bandung. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 10(1).
- Ansori, R. R., & Martiana, T. (2017). Hubungan Faktor Karakteristik Individu Dan Kondisi Pekerjaan Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Gigi. *The Indonesian Journal Of Public Health*, 12(1), 75. <https://doi.org/10.20473/Ijph.V12i1.2017.75-84>
- Arif, M., & Malaka, T. (2021). *Hubungan Faktor Pekerjaan Terhadap Tingkat Stres Kerja Karyawan Kontrak Di Pt. X* (Vol. 8, Issue 1). <http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/jkkm?Page=Index>
- Aufar, N., Alzura, M., & Febriani, R. (2023). Pengaruh Daya Tarik Interpersonal Terhadap Hubungan Interpersonal Pada Remaja Di Kota. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 4(1). <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v%vi%l.97>
- Bahaya, A., Shaquilla, Z. A., Alif, G. A., Imara, M. S., Luqman, M. N., Risnawati, A., Sukri Analisis Penerapan Sistem Proteksi Kebakaran Pasif Dan Sarana Penyelamatan Dalam Upaya, C. S., & Gogendra, G. (N.D.). *Daftar Isi*. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/eohsj>
- Cahyani, W., & Surabaya, U. N. (2019). Nomor 3-Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Surabaya. In *Jurnal Ilmu Manajemen* (Vol. 7).
- Chika Nikita Cendani Rezki Winoto, S., & Hikmah Perkasa, D. (2024). *Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Up Pkb Pulogadung*. <https://lenteranusa.id/>
- Dasril Samura, M., & Sitompul Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua, F. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Pada Karyawan. In *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat* (Vol. 1, Issue 2). <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/jikm>
- Ilo (2012) , Risiko Psikososial Dan Stres Di Tempat Kerja. Tersedia Pada : <https://www.ilo.org.Translate.Goog/Resource/psychosocial-risks-and-stress->

Work?_X_Tr_Sl=En&_X_Tr_Tl=Id&_X_Tr_Hl=Id&_X_Tr_Pto=Tc Diakses (20 September 2025).

Kementrian Kesehatan Republik. (2023). Depresi Pada Anak Muda Di Indonesia. Visualisasi Data Ski. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5532/1/03> Factsheet Diakses Pada (20 September 2025)

Keswa_Bahasa.Pdf

Kusuma, B. W., Ferdinand, N., & Sunarsi, D. (2023). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Gema Perkasa Electronic Jakarta Barat. *Jurnal Ekonomi Utama*, 2(1), 6–9. <https://doi.org/10.55903/Juria.V2i1.30>

Margaret Singal, E., Ellen Manampiring, A., Jeini Ester Nelwan, Dan, Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, P., Pascasarjana Universitas Sam Ratulangi, P., Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, F., & Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, F. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Rumah Sakit Mata Provinsi Sulawesi Utara. *Sam Ratulangi Journal Of Public Health*, 1(1).

Reppi, B., Sumampouw, O. J., & Lestari, H. (2020). Faktor-Faktor Risiko Stres Kerja Pada Aparatur Sipil Negara. In *Sam Ratulangi Journal Of Public Health* (Vol. 1, Issue 1).

Uliasi, J., Studi, P., Masyarakat, K., Ilmu, F., & Kesehatan, I. (2021). Hubungan Antara Shift Kerja Dengan Stress Kerja Terhadap Karyawan. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat (Snkm) Iv*.